



CUIDANDO EL BIENESTAR EN EQUIPOS EDUCATIVOS

**RUTA PARA EL APRENDIZAJE
COLABORATIVO**

MÓDULO 4

FORTALECER EL CUIDADO MUTUO



Ministerio de Educación de Chile
Subsecretaría de Educación

Santiago, septiembre de 2025

Equipo técnico

División de Educación General
Convivencia para la Ciudadanía

**Centro de Perfeccionamiento, Experimentación
e Investigaciones Pedagógicas – CPEIP**
Unidad de Formación para el Bienestar y la Inclusión

Presentación

El Ministerio de Educación pone a disposición de las comunidades educativas la ruta **Cuidando el bienestar en los equipos educativos**, una serie de módulos de trabajo con enfoques, recursos y propuestas metodológicas para promover y fortalecer el bienestar y la salud laboral de las y los docentes y asistentes de la educación.

El objetivo general de la ruta es favorecer el reconocimiento de los factores que afectan el bienestar de los equipos educativos y construir colectivamente estrategias contextualizadas para enfrentar los riesgos psicosociales en el trabajo, potenciar habilidades socioemocionales y desarrollar prácticas de cuidado que fortalezcan la salud mental laboral desde una perspectiva relacional y organizacional.

Las propuestas metodológicas buscan facilitar el establecimiento del diálogo y el compromiso con el cuidado mutuo, la reflexión crítica y la construcción colectiva de diagnósticos y propuestas. Cada módulo contiene un marco conceptual u orientación general, actividades propuestas y recursos para el aprendizaje como cápsulas e infografías. Si bien cada módulo tiene sentido por sí mismo y puede ser trabajado independientemente de los otros, lo ideal es seguir el orden propuesto por la ruta.

Esta ruta está diseñada para ser implementada en espacios como consejos de profesores y profesoras regulares o ampliados (incluyendo a equipos multidisciplinarios y asistentes de la educación), comunidades de aprendizaje, reuniones de ciclo, de área o espacios similares. El trabajo puede ser facilitado por equipos directivos, docentes, profesionales de convivencia o del área psicosocial.

Esta ruta para el bienestar se basa, fundamentalmente, en los recursos desarrollados por CPEIP en el marco del “Plan de formación y acompañamiento para el bienestar socioemocional de los equipos educativos” 2024 – 2025, y en la formación y recursos didácticos “Bienestar y salud mental de los equipos educativos: estrategias desde la gestión y el liderazgo”, desarrollado por Mineduc y Educarchile, entre otras fuentes.

MÓDULO 4

Fortalecer el cuidado mutuo

El cuarto módulo de la ruta Cuidando el bienestar de los equipos educativos profundiza en el cuidado mutuo como un factor clave para sostener comunidades educativas saludables, colaborativas y orientadas al buen trato. Las diversas actividades permiten abordar el vínculo entre cuidado mutuo y trabajo colaborativo, la importancia de la comunicación y compromiso con el grupo de pares, y ofrece herramientas para abordar conflictos entre pares y para desarrollar una estrategia de aprendizaje socioemocional.

Del cuidado personal a la comunidad de cuidado

Si bien el autocuidado constituye una dimensión relevante del bienestar, resulta insuficiente cuando se aborda de manera aislada. La experiencia educativa se desarrolla en un entramado de relaciones cotidianas donde las acciones individuales y colectivas impactan directamente en la salud mental y el bienestar integral de quienes conforman la comunidad educativa. En este sentido, avanzar hacia una cultura de cuidado mutuo implica reconocer la interdependencia entre las personas y asumir la corresponsabilidad en la construcción de entornos protectores.

Desde el **principio de cuidado colectivo**, entendido como la participación del conjunto de la comunidad educativa en la transformación continua de sus modos de convivir, se promueve el resguardo del buen trato y del bien común. Este enfoque releva valores como la confianza, la corresponsabilidad y la colaboración, orientando prácticas que fortalecen los vínculos, previenen el desgaste emocional y favorecen condiciones más justas y humanas para enseñar y aprender. Como indica la Política Nacional de Convivencia Educativa 2024-2030:

“Principio de cuidado colectivo: implica la participación del conjunto de personas que componen la comunidad educativa, en la transformación continua de sus modos de convivir para resguardar el buen trato y el bien común. Se releva que las acciones, tanto individuales como colectivas, impactan en la salud mental y en el bienestar integral de cada integrante de la comunidad. Desde este principio derivan, entre otros, los valores de **confianza, corresponsabilidad y colaboración**”.

MINEDUC (2024, p. 18)

El principio del cuidado colectivo, llevado al trabajo cotidiano de los diversos equipos de la comunidad educativa, nos invita a pasar de la lógica del autocuidado, a la del cuidado mutuo; en otras palabras, a fortalecer la escucha empática, la confianza, el apoyo entre pares, los vínculos afectivos, la co-regulación emocional y contención mutua, entre otros aspectos.

“Cuando pasamos de la lógica del autocuidado y el bienestar personal, a la del cuidado mutuo y el bienestar colectivo, surge una relación entre el profesorado que implica el encuentro, el diálogo y la reflexividad que hacen posible la regeneración de las energías que se consumen en la acción educativa que es compleja, conflictiva con frecuencia y cargada de incertidumbre.

El **cuidado mutuo** permite el fortalecimiento de los lazos que hacen realidad un “nosotros” construido en la interdependencia educativa ineludible. Y, por lo tanto, el surgimiento de una escuela que es una comunidad de cuidado, en donde se promueve el desarrollo humano y profesional del docente, al mismo tiempo que se cuida los propósitos de la escuela; en donde los y las estudiantes están al centro de la labor educativa y las relaciones están cargadas de humanidad.

Organización de Estados Iberoamericanos (OEI) (2021). Cuidado mutuo en la comunidad docente. Herramientas para fortalecer el vínculo entre educadores, p. 17.

De todos modos, pese a las diferentes implicancias de conceptos como el autocuidado y el cuidado mutuo, es relevante que la comunidad educativa avance hacia una **comunidad de cuidado**, donde bienestar, desarrollo humano y desarrollo profesional no son contradictorios, sino que convergen en torno al aprendizaje y desarrollo integral de las y los estudiantes.

Para lo anterior, la tabla que se presenta a continuación se ofrece una comparación entre las estrategias enfocadas en el autocuidado, el cuidado mutuo, y el cuidado de la comunidad.

Principales aspectos por considerar para la formación de comunidades de cuidado

AUTOCUIDADO	CUIDADO MUTUO	CUIDADO DE LA COMUNIDAD
<ul style="list-style-type: none"> Abordaje individual. Se enfoca en el bienestar personal aun cuando el espacio pueda ser generado por la institución escolar. Se generan acciones orientadas al desarrollo de capacidades personales para hacer frente a condiciones de trabajo altamente demandantes. Las temáticas más habituales son autoconocimiento, autoestima, regulación emocional, relajación, meditación y otras actividades de distensión. 	<ul style="list-style-type: none"> Abordaje colectivo. Comprensión del bienestar como un fenómeno complejo, dinámico e interaccional. Se generan acciones sistemáticas orientadas al desarrollo de los vínculos profesionales, coordinadas por el centro educativo. Las temáticas centrales son: reconocimiento, apoyo mutuo, trabajo colaborativo, sentido del trabajo docente, propósitos compartidos, liderazgo distribuido. 	<ul style="list-style-type: none"> Los vínculos profesionales se sostienen en el tiempo y se enlazan con el desarrollo organizacional y la mejora escolar. Surgimiento de una escuela que es una comunidad de cuidado, en donde se promueve el desarrollo humano y profesional del docente, al mismo tiempo que se cuida los propósitos de la escuela; en donde los y las estudiantes están al centro de la labor educativa y las relaciones están cargadas de humanidad.

Fuente: OEI (2021). Cuidado mutuo en la comunidad docente. Herramientas para fortalecer el vínculo entre educadores, p. 18).

Aprender a escuchar y dialogar

Uno de los aspectos más difíciles de enfrentar en grupos de docentes, directivos y asistentes de la educación en las comunidades educativas, es el conflicto entre pares. Sin embargo, los conflictos son parte inherente de las relaciones humanas y, como tal, pueden ser oportunidades de aprendizaje y de fortalecimiento del vínculo y cuidado entre pares.

Desarrollar habilidades y contar con herramientas para abordar conflictos a tiempo y de forma pacífica, reflexiva y colaborativa en la comunidad educativa resulta fundamental para que los equipos enfrenten los desafíos cotidianos derivados de las múltiples interacciones entre pares, y con estudiantes y familias.

A continuación, se presentan de forma sintética doce cualidades claves que deben orientar y sustentar un proceso de diálogo, identificados por el Centro Nansen para la Paz y el Diálogo, en su *Manual Nansen para facilitadores de diálogo y transformación de conflictos* (2023), donde se puede profundizar en cada uno de estos.

CUALIDADES CLAVES DEL DIÁLOGO

- **Integridad:** Diálogo significa comunicarse con integridad. Los aspectos no verbales de la comunicación, las intenciones, actitudes, valores y pensamientos deben ser congruentes con las palabras que se usan.
- **Desafiante:** El diálogo no significa aceptar de los demás cualquier cosa, o todo. Puede ser necesario que cuestionemos o refutemos las aseveraciones de los demás. Cuando eso ocurre, esto debe hacerse de manera que respetemos y defendamos nuestra humanidad y la de los otros.
- **Humildad:** el diálogo implica la búsqueda del conocimiento personal e implica mostrar a los demás nuestras propias fortalezas y debilidades.
- **Preocupación por los demás:** en el diálogo es necesario aceptar la responsabilidad por el otro, sin esperar que esto sea recíproco.
- **Lenguaje común:** el diálogo tiene que ver con empeñarse por alcanzar un lenguaje común.
- **Lo primero es comprender:** lo primero que se intenta lograr en el diálogo es comprender y luego que nos comprendan.
- **Relaciones:** el diálogo tiene que ver con entender y explorar las relaciones.
- **Discrepancia:** el diálogo no necesariamente tiene que ver con estar de acuerdo o llegar a ser como el otro.
- **Escucha:** el diálogo tiene que ver más con escuchar que con hablar.
- **Sin juicios:** en el diálogo, intentamos no transmitir juicio (opinión). Los juicios, generalizaciones, atribuciones de culpa o los diagnósticos destruyen el proceso de diálogo.
- **Comunicación no verbal:** El diálogo puede darse incluso en silencio. El lenguaje corporal y las expresiones faciales son esenciales para el diálogo.
- **Cambio:** El diálogo significa cambio personal y social.

Extracto del *Manual Nansen para facilitadores de diálogo y transformación de conflictos*.
Centro Nansen para la Paz y el Diálogo (2023, p. 102).

1. ACTIVIDAD: PODCAST COLABORACIÓN (Y CUIDADO MUTUO)

¿Qué entendemos por colaboración? ¿Me cuesta colaborar con algunos colegas? La colaboración en las comunidades educativas implica más que alcanzar metas comunes; requiere responsabilidad individual y el desarrollo de habilidades socioemocionales para interactuar de manera efectiva. Este enfoque fomenta una sinergia basada en el cuidado colectivo. Una de las claves para lograr una colaboración profunda entre educadores y educadoras es que la confianza permita cimentar dicha colaboración, generando un ambiente donde el cuidado mutuo y el compromiso compartido se vuelvan la base de las relaciones profesionales, aunque no sea algo a lo que estemos tan acostumbrados¹.

Desarrollo

- a. Ver o escuchar de forma individual el siguiente capítulo de video-podcast “Colaboración”, elaborado por el CPEIP.

RECURSO: Capítulo de podcast Educativamente “Colaboración”. Duración: 23:30 minutos (CPEIP, 2025b).

https://www.youtube.com/watch?v=Gf_lhDzXQx0&list=PL03cpP1EkEwa-8yH_GpwaUPc3WGCgoxrY&index=23&t=27s

En este segundo capítulo de la Sección 1 de Habilidades Socioemocionales, la psicóloga educacional Marcia Pereira destaca que la colaboración en las comunidades educativas implica más que alcanzar metas comunes; requiere responsabilidad individual y el desarrollo de habilidades socioemocionales, para interactuar efectivamente.

Este enfoque fomenta una **sinergia basada en el cuidado colectivo**, contrastando con el creciente individualismo observado en dichas comunidades.

El capítulo destaca que las habilidades socioemocionales son de vital importancia en el trabajo colaborativo, para que este tenga sentido, adquiera identidad y pertenencia.

¹ Esta actividad, con algunas adaptaciones, se basa en la Cartilla N°2 de la serie “Cartillas para el desarrollo de habilidades socioemocionales” del CPEIP.

La especialista señala que el trabajo colaborativo no es solo validar ideas, también es comprometerse en la toma de decisiones y para ello se debe: consultar, dialogar, proponer en conjunto ideas, y participar.

Mapa temporal del capítulo

- Introducción 0:00
- Definición del concepto 1:40
- Mutuo cuidado 3:17
- Reflexión 5:45
- Aplicación en comunidades educativas 11:00

Estándares de la profesión docente vinculados al capítulo

Estándar 5: *Ambiente respetuoso y organizado.* El/la docente promueve relaciones saludables en el aula, favoreciendo el mutuo cuidado.

Estándar 6: *Desarrollo personal y social.* Incentiva al docente a desarrollar el mutuo cuidado en conjunto con sus colegas, para favorecer el bienestar individual y colectivo de la institución y de sus estudiantes.

Estándar 7: *Estrategias de enseñanza para el logro de aprendizajes profundos.* Estimula a la cultura docente a formarse en el mutuo cuidado, para lograr incidir en las maneras que sus estudiantes utilizan la colaboración como vía de aprendizaje y desarrollo integral.

Estándar 10: *Ética profesional.* Incentiva que los/as docentes se vinculen entre ellos y con los demás miembros, desde el respeto mutuo de los roles de cada uno y la normativa existente, para asegurar el bienestar de todos.

Estándar 11: *Aprendizaje profesional continuo.* El podcast lleva a una reflexión individual y colectiva que facilita el aprendizaje y la participación de toda la comunidad educativa.

Estándar 12: *Compromiso con el mejoramiento continuo de la comunidad escolar.* Estimula a los/as docentes a identificarse con el proyecto educativo institucional, potenciando relaciones profesionales saludables y vínculos provechosos con apoderados, para el bienestar y aprendizaje de toda la comunidad, en especial de los/as estudiantes.

CPEIP MINEDUC (2025a).

- b. Con posterioridad a haber visto o escuchado el podcast, se propone trabajar grupos de 4 a 5 personas, abordando las siguientes preguntas sugeridas:
- ¿En qué acciones se expresa el cuidado entre las y los trabajadores de nuestra comunidad educativa?
 - ¿De qué modelo estamos más cerca como comunidad? ¿Autocuidado, cuidado mutuo o comunidad de cuidado? (ver tabla “Principales aspectos por considerar para la formación de comunidades de cuidado”).
 - ¿Qué barreras o dificultades encontramos para cuidarnos y respetarnos como grupo de pares?
 - ¿Qué necesitamos para fortalecer el cuidado mutuo en nuestro equipo?
- c. En plenario, se comparten las prácticas, barreras y necesidades identificadas, para llegar a un diagnóstico compartido.

2. ACTIVIDAD: SALA DE PROFESORES y PROFESORAS

Esta actividad consiste en un juego que busca abrir una conversación sobre los conflictos cotidianos entre las y los docentes y equipos educativos, reforzando la importancia de la autoconciencia y conciencia del/a otro/a para generar una comunidad de cuidado. Para esto, el juego se circunscribe específicamente a nombrar lo que nos gusta y lo que nos molesta de la convivencia cotidiana en la Sala de profesores y profesoras, y busca instalar una dinámica liviana, con humor, y resguardando siempre el trato respetuoso entre las y los participantes.

Objetivo

Fortalecer la identificación de habilidades clave para el abordaje de conflictos en el equipo educativo, mediante el desarrollo de la autoconciencia, la conciencia del otro, la escucha activa y el respeto, con el fin de promover interacciones más constructivas y colaborativas.

Materiales

- Cinta adhesiva
- Plumones o marcadores
- Papelógrafo
- Premios: dulces rojos y verdes. Si no hay dulces, podrían ser trozos de cartulina roja y verde u otra cosa similar.

Desarrollo

a. Concurso

Quienes dirigen la dinámica van leyendo las siguientes frases u otras que puedan añadir a la lista previamente. Frente a cada frase, las y los docentes que se sientan identificados levantan la mano y dicen ¡Yo! La primera persona que levanta la mano se gana un dulce rojo o verde de acuerdo con la frase (verde para “me encanta”, rojo para “me molesta”). En este juego **todos ganan**.

Frases:

- **Me encanta** cuando la mesa está despejada.
- **Me molesta** cuando alguien ocupó mi taza.
- **Me encanta** cuando alguien me ha dejado un regalito en mi lugar.
- **Me molesta** cuando alguien se sentó donde yo me siento.
- **Me encanta** cuando vengo llegando a la sala y me incluyen en la conversación.
- **Me molesta** cuando escucho que están “pelando” a alguien.
- **Me encanta** cuando compartimos el cafecito.
- **Me molesta** cuando estoy descansando y me hablan de trabajo.

Después de esto, se ofrece la palabra para que las y los participantes digan nuevas frases y las demás personas reaccionen con un ¡Yo! Recuerde a las y los participantes que **todos ganan**: quien diga una frase “Me molesta” gana un dulce rojo, y quien dice una frase “Me encanta” gana un dulce verde.

Se da tiempo para que todos y todas participen con al menos una frase (pueden ser más, según la disponibilidad de premios).

b. Diálogo

Se cuentan cuántos dulces rojos y cuántos verdes se ganaron en total en el equipo, y se abordan las siguientes preguntas: ¿Tenemos más rojos o verdes? ¿por qué? ¿Qué nos dice esto de la sala de profesores/as? ¿qué nos dice de nuestra convivencia?

En este punto es necesario **enfaticar que todas las frases son importantes, por eso todas llevan premio**. Los dulces rojos no son más malos que los dulces verdes. Identificar lo que nos molesta y lo que nos gusta, expresarlo en palabras al grupo, con respeto y empatía, es indispensable para abordar dificultades en la convivencia. Para abordar diferencias o conflictos entre pares siempre se requiere al menos dos ingredientes: **autoconciencia**, que implica escucharse a sí mismo/a, identificar qué siento, qué me molesta y por qué), **y conciencia del otro u otra** con quien comparto el espacio y el trabajo, para lo que necesito escuchar y validar. **Cuidarse y cuidar, respetarse y respetar**, siempre van de la mano cuando compartimos espacios, tareas y desarrollamos vínculos.

Cierre

Para terminar, se invita a crear colectivamente frases que expresen las dimensiones personal e interpersonal en torno al cuidado y la convivencia entre pares, ya no necesariamente referidas solo a la sala de profesores/as, pudiendo abarcar otros temas y áreas. Realizar este ejercicio en un diario mural o papelógrafo que pueda quedar a la vista en la sala de profesores. Ejemplo:

Autoconciencia Me escucho, me cuido, me respeto...	Conciencia del otro/otra Escucho, cuido y respeto...
Cuido mi espacio personal.	Respeto el espacio personal de los demás.
Reconozco que necesito ayuda con...	Reconozco y valido las necesidades de apoyo de las demás personas.

3. RECURSO: ESTRATEGIA PARA LA GESTIÓN DE CONFLICTOS ENTRE PARES

¿Cuál es la importancia de la resolución colaborativa de conflictos para establecer relaciones profesionales basadas en la confianza y el respeto? ¿Qué recursos personales dispongo para abordar los conflictos?

Los conflictos son parte inherente de las relaciones humanas; por ello, desarrollar habilidades para abordarlos en la comunidad educativa resulta fundamental para que los equipos enfrenten los desafíos cotidianos derivados de las múltiples interacciones con pares, estudiantes y familias.

Los conflictos entre pares pueden ser oportunidades de aprendizaje y de mejora. Sin embargo, “a la hora de resolver problemas, la falta de tiempo, la pérdida de propósito en las discusiones, la falta de respeto y empatía, afloran como dilemas recurrentes. Por ello, una de las estrategias clave a la hora de gestionar un conflicto, es abordarlo de forma estratégica” (Pozo, s/f)².

El siguiente recurso, llamado “Planificador de discusiones entre pares”, y la actividad propuesta a continuación son extraídas del texto Liderazgo personal e interpersonal: estrategias para la resolución de conflictos entre pares, de Carla Pozo Jeria, publicado por Líderes Educativos.

El “Planificador de discusiones entre pares” es un formato que permite reflexionar antes de abordar una discusión, permitiendo clarificar objetivos de las partes, relevar conscientemente principios como la empatía, el respeto y la colaboración, y explicitar los acuerdos. Este recurso puede ser enriquecido de acuerdo con las características de los equipos y la cultura escolar de cada comunidad, resultando útil tanto para docentes y asistentes de la educación, como para un directivo o directiva que deba enfrentar la gestión de un conflicto entre pares.

Para el buen resultado, es fundamental poner en práctica la comunicación asertiva y efectiva. Para apoyarte en ello, se sugiere revisar brevemente el siguiente video, donde se aborda este tema desde el humor:

² Este recurso y la actividad propuesta son extraídas de: Pozo Jeria, c (s/f). Liderazgo personal e interpersonal: estrategias para la resolución de conflictos entre pares. Líderes Educativos.

- Dónde está la panadería”: <https://www.youtube.com/watch?v=H2rd34hxN2A>.

¿Cómo utilizar este recurso?

1. Imprimir y revisar individualmente el recurso “Planificador de discusiones entre pares”.
2. Antes de utilizarlo en alguna sesión o reunión donde anticipen algún posible problema, completar las partes N° 1 y N°2 del recurso.
3. En el desarrollo, voy completando la parte N°3 en la medida que se va avanzando en la discusión.
4. Para finalizar se recomienda además del cierre, retroalimentar al grupo con los logros obtenidos en la discusión, agradeciendo la confianza y el compromiso. Asimismo, se pueden dejar planteados algunos desafíos abordables para una próxima sesión.

Planificador de discusiones entre pares

Participantes:

Fecha:

Tópico o problema a solucionar:

Parte 1: Mi Aproximación *(Responder estas preguntas previo a la discusión)*

¿Cuáles son mis objetivos para esta discusión? (Ej. Indagar, empatizar, resolver problema).

¿Cómo sabré si cumplí con mis objetivos? (Ej. Logro de 2 acuerdos para resolver problema).

¿Qué necesidades de la persona/equipo debo considerar? (Ej. Profesor con ansiedad, primera entrevista, nerviosismo, necesidad de respuesta inmediata, persona propositiva, entre otros).

Parte 2: Principios eje *(Seleccionar cuáles principios se van a enfatizar en la discusión)*

- ☐ Respeto (Escuchar activamente, gestionar tus emociones, validar al interlocutor, sinceridad).
- ☐ Empatía (Primero entender y luego buscar ser entendido, validar y expresar sentimientos).
- ☐ Colaboración (Compartir ideas y preguntas clave, proponer soluciones creativas).
- ☐ Vinculación (Evitar posiciones cerradas, asumir lo mejor de los demás, comunicarse claramente, transparentar análisis para generar confianza).
- ☐ Apoyo (Separar a la persona del problema, especificar nivel de apoyo a otorgar).

Fuente: Carla Pozo Jeria (s/f). Liderazgo personal e interpersonal: estrategias para la resolución de conflictos entre pares, publicación del Centro de Liderazgo Líderes Educativos.

Planificador de discusiones entre pares

Parte 3: Principios guía para la interacción.

✓ Marcar a medida que se avanza en la discusión

☐ Inicio (___ minutos)

- ☐ Agradecer por la disposición y el tiempo.
- ☐ Describir el propósito de la discusión.
- ☐ Identificar la relevancia de la discusión.

☐ Clarificación (___ minutos)

- ☐ Buscar y compartir información acerca de la situación.
- ☐ Abordar problemas y preocupaciones (sensaciones, prejuicios, sentimientos).

☐ Desarrollo de argumentos (___ minutos)

- ☐ Promover la discusión de ideas.
- ☐ Explorar necesidad de recursos u otro tipo de apoyo.

☐ Acuerdos (___ minutos)

- ☐ Especificar acciones, incluyendo planes de contingencia.
- ☐ Confirmar cómo evaluarán el progreso y resultados.

☐ Cierre (___ minutos)

- ☐ Agradecer a la contraparte.
- ☐ Destacar los elementos relevantes del plan diseñado.
- ☐ Confirmar confianza y compromiso.

Revisar comprensión

☐ (Ej. ¿Estás de acuerdo con el propósito?, ¿por qué?).

☐ (Ej. ¿Estás de acuerdo con esta información?, Según entiendo, lo que te preocupa es... ¿estoy bien?).

☐ (Ej. ¿Puedes resumir cómo nos apoyaremos?).

☐ (Ej. ¿Me puedes repetir las acciones comprometidas por ti?).

☐ (Ej. Te voy a repetir lo más relevante de nuestra solución para ver si mis notas son correctas).

Notas post-discusión (Completar al final de la discusión. Puede incluir retroalimentación del interlocutor. Esta reflexión promueve el crecimiento de habilidades de negociación)

¿Qué dije o hice para utilizar mis habilidades comunicacionales efectivamente? (dar un ejemplo)

¿Qué podría decir o hacer para ser más empático(a), respetuoso(a) o colaborador (a) en una próxima oportunidad?

4. ACTIVIDAD: DIÁLOGO AFECTIVO

Esta actividad propone abrir un espacio de encuentro y escucha entre compañeras y compañeros del equipo docente, orientado a fortalecer la confianza, la empatía y la escucha activa como bases del cuidado mutuo en la comunidad educativa. A través de un ejercicio guiado de diálogo y reflexión, se invita a las y los participantes a poner en palabras quiénes son en la escuela, qué desean y qué necesitan de sus pares, favoreciendo el reconocimiento del otro y la construcción de vínculos más conscientes y colaborativos en el quehacer cotidiano.

Objetivo: Facilitar un espacio de escucha íntima entre compañeros de trabajo, fortaleciendo confianza, empatía y escucha activa³.

Destinatarios: Equipo docente.

Duración total: 45 minutos.

Materiales: Lápices, hojas blancas. Computador y proyector.

Inicio (15 min.)

Para comenzar la actividad, se recomienda compartir los principios de escucha activa como pilares para entablar conversaciones que enfaticen la empatía y el reconocimiento del otro. También se puede utilizar la lista de “Cualidades claves del diálogo”, del Centro Nansen para la Paz y el Diálogo, que se presentan al inicio en este Módulo. Se anticipa que se realizará un ejercicio de escucha, para lo cual es necesario repasarlos.

Desarrollo

a. Diálogo honesto (10 min).

Se forman parejas y se propone conversar a partir de las siguientes preguntas:

- En esta escuela, ¿quién soy?
- En esta escuela, ¿qué quiero?
- En esta escuela, ¿qué necesito de mis colegas?

Se propone una modalidad de interacción por turnos (5 minutos por persona), para facilitar la escucha activa y la empatía con el otro. Mientras uno habla, el otro apunta lo que dice y escucha en absoluto silencio. Al tocar la campana (o aviso de los

³ Esta actividad forma parte, con algunas variaciones, de la publicación “Cuidado mutuo en la comunidad docente. Herramientas para fortalecer el vínculo entre educadores” (OEI, 2021).

facilitadores), quién escuchó lee sus notas a quién habla, se agradecen e invierten los roles.

b. Dibujo de síntesis (20 minutos)

Una vez que todos han terminado se invitará a cada uno a volver a revisar lo que el compañero escribió. Se invita a plasmar lo que queda en una hoja de papel, de la manera que surja a cada persona.

Cierre

c. Ronda de presentación (10 minutos)

Se finaliza formando una ronda, cada participante muestra al grupo el dibujo y lo pone a sus pies, diciendo “En esta escuela soy...; quiero... y necesito...” Así, cada persona traerá tres palabras a la ronda.

5. RECURSO: APRENDIZAJES DE UNA EXPERIENCIA DE CUIDADO. ESTRATEGIA DE TRABAJO COLABORATIVO

Webinar: Estrategias para promover el bienestar y la autonomía docente, desarrollado por el CPEIP y la Universidad de la Frontera. Experiencia del Liceo de Niñas de Concepción, desde el minuto 24:00 al 56:00 (32 min).

- <https://www.youtube.com/watch?v=VeqSgcvFofw>.

En este webinar se presenta la experiencia del Liceo de Niñas de Concepción perteneciente al Servicio Local Andalién Sur, establecimiento que participó del Plan de Formación para el Bienestar Socioemocional de la Macrozona Sur, liderado por el CPEIP e implementado por la Universidad de La Frontera.

La experiencia consiste en la realización de talleres para profesores y profesoras jefes, cuyo objetivo es fortalecer en las y los docentes con jefaturas de curso el desarrollo de competencias socioemocionales que les permitan diagnosticar, reconocer, gestionar y acompañar las emociones propias y de sus estudiantes, promoviendo climas de aula empáticos, seguros y propicios para el aprendizaje integral, en concordancia con los sellos del PEI de este liceo: liderazgo, compromiso social y medio ambiental, autocuidado y vida sana.

El **Taller de calibración de metas para el aprendizaje socioemocional del curso** es gestionado desde el equipo directivo, con el apoyo del equipo PIE, y tiene la siguiente estructura: Diagnóstico, Articulación, Plan de acción.

Si bien el **Taller de calibración de metas para el aprendizaje socioemocional** se enfoca en las y los estudiantes, también puede ser desarrollada a nivel de equipos educativos, practicando el diagnóstico y planificación del aprendizaje socioemocional del grupo de forma democrática y participativa, favoreciendo la valoración y compromiso con el proceso.

¿Qué haremos en esta actividad?

- a. Revisar en forma individual o en grupo, el webinar: Estrategias para promover el bienestar y la autonomía docente desarrollado por el CPEIP y la Universidad de la Frontera en el siguiente enlace: <https://www.youtube.com/watch?v=VeqSgcvFofw>.

Puede revisarse completo para entender el contexto o bien desde el minuto 24:00 al 56:00.

- b. Completar la guía “Aprendizaje Social y Emocional (ASE). Calibración de **metas** para el ASE de mi curso”.
- c. Completar la guía “Aprendizaje Social y Emocional (ASE). Calibración de **acciones** para el ASE de mi curso”.
- d. Para finalizar, y en base a la información recopilada, se propone:
 - Priorizar tareas definiendo una o dos metas por nivel.
 - Elaborar una acción por meta para cada nivel.
 - Completar cuadro resumen de la acción a proponer con tareas a desarrollar.

Guía N°1: Aprendizaje Social y Emocional (ASE). Calibración de **metas** para el ASE de mi curso.

	LO QUE NECESITA MI CURSO	LO QUE NO NECESITA MI CURSO
LO QUE HACEMOS	Qué debemos conservar:	Qué debemos eliminar:
LO QUE NO HACEMOS	Qué deseamos alcanzar:	Qué deseamos evitar:

Fuente: Equipo motor del Plan de Formación para el Bienestar Socioemocional CPEIP perteneciente al Liceo de Niñas de Concepción: Marta Cisternas, María Cecilia del Valle, Elena Cautivo y Wendy Moya.

Guía N°2: Aprendizaje Social y Emocional (ASE). Calibración de **acciones** para el ASE de mi curso.

	LO QUE NECESITA MI CURSO	LO QUE NO NECESITA MI CURSO
LO QUE HACEMOS	Qué debemos conservar:	Qué debemos eliminar:
LO QUE NO HACEMOS	Qué deseamos alcanzar:	Qué deseamos evitar:

Fuente: Equipo motor del Plan de Formación para el Bienestar Socioemocional CPEIP perteneciente al Liceo de Niñas de Concepción: Marta Cisternas, María Cecilia del Valle, Elena Cautivo y Wendy Moya.

REFERENCIAS

Pozo Jeria, c (s/f). Liderazgo personal e interpersonal: estrategias para la resolución de conflictos entre pares. Líderes Educativos.

CPEIP MINEDUC (2025a). Cartillas para el desarrollo de habilidades socioemocionales. Cartilla N°2 “Colaboración”.

CPEIP MINEDUC (2025b). “Colaboración” [capítulo de podcast].
https://www.youtube.com/watch?v=Gf_lhDzXQx0&list=PL03cpP1EkEwa-8yH_GpwaUPc3WGCgoxrY&index=23&t=27s

CPEIP – UFRO (2025). Estrategias para promover el bienestar y la autonomía docente [webinar]. <https://www.youtube.com/watch?v=VeqSgcvFofw>

MINEDUC (2023). Manual Bienestar y salud laboral de los equipos educativos: estrategias desde la gestión y el liderazgo. <https://convivenciaparaciudadania.mineduc.cl/wp-content/uploads/2023/04/Manual-Bienestar-Salud-Laboral-Equipos-Educativos.Marzo2023.pdf>

MINEDUC (2024). Política Nacional de Convivencia Educativa 2024-2030. <https://convivenciaparaciudadania.mineduc.cl/pnce2024-2030/>

OEI (2021). Cuidado mutuo en la comunidad docente. Herramientas para fortalecer el vínculo entre educadores. <https://convivenciaparaciudadania.mineduc.cl/wp-content/uploads/2021/09/Cuidado-mutuo-en-la-comunidad-docente.pdf>

